



今年は寒波がやってくるたびに「最強クラスの冬将軍」。もう寒いのも雪もたくさんだ、と利用者のお婆さんに話したら「田んぼや畑にはもう少し降った方がいいんだ」。なるほど「農」という視点から見れば冬の寒さも雪も大切な自然からも贈り物。不耕起3年目となるそらいろ農園では、秋に撒いたクローバー、蓮華、ヘアリーベッチなどの緑肥の若芽が順調に育っています。そろそろジャガイモの種芋植えの準備が始まります。



生活への「意欲」と「機能」を引き出す

「普通にお風呂」「普通に排泄」「普通に食事」を支える



椅子を使った移乗介助のやりかたを指導する下山さん

そらいろデイ春のセミナーを開講します。第4回となる講座は介護アドバイザーの下山名月（しもやま・なつき）さんによる介護技術講座です。加齢や疾病でさまざまな障害をもったお年寄りが「こんな身体になってもまだ生きていこう」という生活への意欲を引き出し、残っている身体機能を引き出すのが自立支援のための介助技術です。

講師の下山さんは、三好春樹氏が主宰する生活とリハビリ研究所の研究員で、介助技術指導のスペシャリスト。民間デイサービスの草分けとなった「生活リハビリクラブ（神奈川県川崎市）」の創始者のひとりで、人間学や生理学に基づく精度の高い理論と技術は注目を集めています。

下山さんによる介護技術セミナーは今回で2回目。普通に食事、普通に排せつ、普通に入浴」という「当たり前の生活」を支える自立支援の介助について復習を兼ねて学んだあと、2人1組となって立ち上がり、移乗、座り直しなどの介助の基本について実践を通して身につけてもらいます。定員は20名。受講料は3,000円。申し込みはそらいろデイまで。電話 024-582-3558。定員になり次第締め切りとさせていただきます。

四月十一日にそらいろデイにて開講この機会にぜひ

立つ、座る、移乗する 実践を通して身につける
自立支援のための「基本のき」

介護アドバイザー
下山名月さんの
これならできる！
なっとくの
介助技術開講

下山名月さんのプロフィール

民間デイの草分けとなった「生活リハビリクラブ（神奈川県川崎市）」の創始者。オールラウンドワーカーとして老いを支える



ケアは各界から注目を集めています。特に介助技術については、人間学、生理学に基づく「納得の実技指導」と高い評価を得ています。

活動の柱にあるのは、普通に食事、普通に排泄、普通に入浴と「当たり前前の生活」を支える「自立支援の介護」です。現在は、全国の高齢者施設にて実地指導や講演、研修会の講師を務めるなど、北海道から九州まで、全国各地を忙しく飛び回っています。



そらいろデイで開催した講座

セミナーに関する問い合わせはそらいろデイまで ☎024-582-3558 FAX : 024-597-6317

2026年4月11日(土) 13時30分～ 自立支援のための「これならできる納得の介護技術講座」参加申込

お名前	連絡先	職場
-----	-----	----